

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 10 (2002)  
**Heft:** 3

## Inhaltsverzeichnis

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Liebe Leserinnen, liebe Leser

Haben Sie als Kind auch eine «Bäbistube» gehabt? Stundenlang die kleinen Puppenmöbel arrangiert und das Leben der «Bäbifamilie» darin gespielt? – Schon Kinder sind fasziniert von dieser Bühne, die das eigene Zuhause oft für unser Leben ist: Eine vielköpfige Familie zum Beispiel belebt ein Haus, füllt es mit Geräuschen, Stimmungen und Gefühlen. Für ältere Menschen ist das Zuhause vielfach der Ort der Erinnerungen, auch der Ort der Vertrautheit, wo sie sich sicher und geborgen fühlen – der eigentliche Lebensmittelpunkt.



ALTER&ukunft geht dem Thema **Wohnen im Alter** nach, zeigt auf, weshalb Wohnen für ältere Menschen so wichtig ist, wo Probleme entstehen. Pro Senectute Kanton Zürich-Sozialarbeiter/innen zeigen auf, wie Konflikten vorgebeugt werden kann.

Gerade wenn der eigene Bewegungsradius im Alter eingeschränkt ist, ziehen sich viele Senior/innen zurück in die eigenen vier Wände. Dass sie damit aber nicht automatisch das Weltgeschehen ausschliessen, zeigt die Studie über das Medienverhalten der schweizerischen Bevölkerung, aus der unsere Stiftungsratspräsidentin Franziska Frey-Wettstein in ihrem Präsidial zitiert:

**Ältere Menschen gehören zu den aktiven Fernsehzuschauer/innen, und sie sind die treuesten Leser/innen der Tageszeitungen.**

Wenn es aber um die neuen Technologien wie Internet, den Computer oder das Mobiltelefon geht, zögern viele ältere Menschen. Die komplizierten Anweisungen würden sie abschrecken, erklärt eine von ALTER&ukunft angefragte Seniorin. In unserem Artikel **«Alter Mensch – neue Technik: eine spannende Kombination»** Seite 18 sind wir nämlich der Frage nachgegangen, weshalb viele Senior/innen Mühe haben, sich mit den modernen Kommunikationsmitteln vertraut zu machen. Dabei sind wir auch auf innovative Kurs- und Schulungsangebote gestossen, welche die Bedürfnisse von älteren Menschen ernst nehmen. Vielleicht werden Sie ja neugierig und möchten sich Zugang verschaffen zu Technologien, die sie zwar schon lange interessierten, an die Sie sich aber bisher nicht so richtig herangetraut haben.

Eine traditionelle Methode wenden jeweils unsere Herbstsammler/innen an, wenn sie während der **OktoBERSammlung für Pro Senectute Kanton Zürich** unterwegs sind: Im persönlichen Gespräch bringen Sie der Bevölkerung unsere Organisation näher und sammeln für die Anliegen älterer Menschen. Im Artikel Seite 31 stellen wir Ihnen eine unserer Sammlerinnen und ihre Beweggründe vor, sich für Pro Senectute Kanton Zürich zu engagieren.

Ich wünsche Ihnen eine unterhaltsame Lektüre.

Christine Keiser-Okle  
Geschäftsführerin Pro Senectute Kanton Zürich

# Inhalt

## THEMA

- 4 «Die Wohnung ist Schutzraum, Ort der Vertrautheit»
- 6 Und plötzlich braucht man Hilfe
- 10 Ein Sturz – und alles ist anders als vorher
- 14 Im gewohnten Umfeld wohnen und leben
- 16 Komfort, Gemeinschaft – mehr Selbstbestimmung als erwartet

## BLICKPUNKT

- 18 Alter Mensch – neue Technik: eine interessante Kombination
- 24 Computera 60+: Ein Pro Senectute-Angebot in Winterthur
- 25 Wort der Präsidentin
- 26 Pensionskassen für alle
- 28 Porträt Rolf Lyssy: «Ich wollte in erster Linie Geschichten erzählen»
- 31 Kinder klopfen an 200 Haustüren
- 32 Eine sagenhafte Zürcher Familie

## DIENSTLEISTUNG

- 34 Eine Zeitreise ins spätmittelalterliche Winterthur
- 36 Fachwissen und Erfahrung weitergeben

## ANGEBOTE

- 38 Stürze im Alter: die «stille Epidemie»
- 40 Beim Waldspaziergang Körper und Geist trainieren
- 41 Bewegung & Sport-Kurse und -Ferien
- 44 Schulungsangebote für freiwillig Mitarbeitende

## SERVICE

- 46 Reisen: Hotel «Jakobsbad»
- 48 Für Sie gelesen
- 49 Gesundheit: Rheumatismus und Arthrose
- 52 Kreuzworträtsel
- 53 Leserbrief
- 54 Kleinanzeigen